

研修参加報告書

令和7年2月26日

会派名 江政クラブ
会派代表者 長尾 光春

(参加者：長尾光春)

研修参加の結果について、次のとおり報告します。

年月日	令和6年10月17日(木)～18日(金)
研修時間	10月17日 9:30～16:30 18日 9:30～11:50
研修場所	アクリエひめじ(姫路市文化コンベンションセンター)
研修内容	<p>第86回 全国都市問題会議 「健康づくりとまちづくり～市民の一生に寄り添う都市政策～」</p> <p>講師：</p> <p>【基調講演】 生物学者・青山学院大学 教授 福岡 伸一 氏</p> <p>【主報告】 姫路市長 清元 秀泰 氏</p> <p>【一般報告】 筑波大学システム情報系 教授 谷口 守 氏 流山市長 井崎 義治 氏 兵庫県立大学副学長 畑 豊 氏</p> <p>【パネルディスカッション】 (コーディネーター) 中央大学法学部 教授 宮本 太郎 氏</p> <p>(パネリスト) 高岡病院児童精神科医 三木 崇弘 氏 NPO 法人日本栄養パトネット理事長 奥村 圭子 氏 茅野市長 今井 敦 氏 泉大津市長 南出 賢一 氏</p>

研修参加報告書

年月日	令和6年10月17日(木)～18日(金)
研修時間	10月17日 9:30～16:30 18日 9:30～11:50
研修場所	アクリエひめじ(姫路市文化コンベンションセンター)
研修内容	<p>第86回 全国都市問題会議 「健康づくりとまちづくり～市民の一生に寄り添う都市政策～」</p> <p>講師：</p> <p>【基調講演】 生物学者・青山学院大学 教授 福岡 伸一 氏</p> <p>【主報告】 姫路市長 清元 秀泰 氏</p> <p>【一般報告】 筑波大学システム情報系 教授 谷口 守 氏 流山市長 井崎 義治 氏 兵庫県立大学副学長 畑 豊 氏</p> <p>【パネルディスカッション】 (コーディネーター) 中央大学法学部 教授 宮本 太郎 氏</p> <p>(パネリスト) 高岡病院児童精神科医 三木 崇弘 氏 NPO 法人日本栄養パトネット理事長 奥村 圭子 氏 茅野市長 今井 敦 氏 泉大津市長 南出 賢一 氏</p>
■目的	<p>全国都市問題会議では、自治体関係者と学者、研究者が一堂に会し、理論と実際の両面から、都市問題、地方自治について討議している。今回は、「健康づくりとまちづくり」をテーマにし、健康づくり政策に対する自治体のあり方について、市民の一生に寄り添った健康づくりとは何かを議論した上で、求められる新たなニーズや課題等を考察していく。</p>

■内容

1日目

(講義内容)

- 【基調講演】 「生命を捉えなおす —動的平衡の視点から—」
生物学者・青山学院大学 教授 福岡 伸一 氏
- 【主報告】 「市民の「LIFE」（命・暮らし・一生）を守り支える
姫路の健康づくりとまちづくり」
姫路市長 清元 秀泰 氏
- 【一般報告】 「生き物から学ぶ健康なまちづくり」
筑波大学システム情報系 教授 谷口 守 氏
「都市そのものを健康にするまちづくり」
～ストレスを軽減し、リフレッシュできるまちへ～
流山市長 井崎 義治 氏
「IT/AI の健康分野への適用例」
～姫路市の健診データ解析と歌唱による誤嚥予防～
兵庫県立大学副学長 畑 豊 氏

■福岡氏の基調講演では、「生命を捉えなおす —動的平衡の視点から—」として、現代人が生命の問題を考える場合に、当たり前のこととしている前提があり、生命とは手、足、胴体、頭、あるいは各臓器といった部分が組み合わさってできたプラモデルみたいなものであるという見方（機械論的生命観）で捉え、壊れたところは取り替えればよいし、古いところは新しくすればよいと考えがちだが、私たちの体を考える上で、本当に正しい生命の見方なのか、との問題提起がありました。同氏は1人のユダヤ人科学者（ルドルフ・シェーンハイマー）が示そうとした生命の姿が機械論とは違うもう1つの生命観であり、生命が流れの中にあることを明確なかたちで最初に示されたもので、私たちが食べた分子は、体を構成する分子と絶え間なく交換され続けており、部品からなりたっている分子機械ではなく、部品自体のダイナミックな分解と合成の流れの中にたゆたう、分子の淀みであるとの考えであるとの紹介がされました。

また、自らを積極的に破壊しつづけることによって、系内にたまるエントロピーを捨てつづけ、またそれを作り直すことでなんとかバランスを保つこと（動的平衡）が生命体の特性であり私たちの体が、時間の関数として絶えず変化しつつ、それでいて柔軟で適応的で相補的であり、同時にレジリエントなものであることも説明する生命哲学であるとの話がありました。生命と同様にまちづくりにおいても、自らを積極的に破壊しつづけ、またそれを作り直すことでバランスをとりつつ絶えず変化しつつ柔軟で適応的なまちが形成し続けることが可能になるのではないかとの話がありました。

■清元氏の主報告では、「市民の「LIFE」（命・暮らし・一生）を守り支える姫路の健康づくりとまちづくり」として、市民の健康増進に向けた施策を積極的に展開しており、その取組内容や現状と課題についての話がありました。

日本における平均寿命は、2020年には男性が81.56歳、女性が87.71歳になっており、戦後から約70年間で男女とも30歳以上延伸しており世界最高水準の平均寿命を達成している。姫路市は全国平均を男性で1.26歳、女性で2.64歳上回っているが、その一報で、女性は男性よりも2倍以上、不健康な期間が長くなっていることも特徴的な状況になっており、単に長寿であるだけでなく、健康寿命を延伸させることが重要であるとの説明がありました。健康寿命を延伸させるためには、市民が社会の一員として活躍し、人と人、人と地域の繋がりを生み、生きがいの創出や地域経済の活性化が必要であるとともに、市民自らが積極的に健康づくりに取り組むことで介護予防や病気の発症・重症化予防につなげることで、人生100年時代の到来が迫る中、まちに活力を生み出し、持続可能な社会を実現するためには健康づくりが欠かせない要素として捉え、自治体が積極的に取り組む必要があるとの考えが姫路市にはあるとの話がありました。

この考えに基づき、姫路市では多くの施策①市民による主体的な介護予防の促進、②ウォーカブルなまちづくり、③ICTを活用した健康づくり、④未来を担う子ども達の健やかな成長の支援を行っており、その施策に対する報告がされました。

■谷口氏の一般報告では、「生き物から学ぶ健康なまちづくり」として、近年大きく注目されるようになってきている、まちづくりを通じて市民の健康を実現という「健康まちづくり」の考え方についての話がありました。

高度成長期以降、都市は利便性を追い求め、生活水準をどう向上させるかに政策の焦点がおかれてきたが、その半面運動不足などに伴う市民の生活習慣病が大きな課題となってきていることに加え、人口減少に向かう中で都市にもさまざまな綻びが見られ、都市自体が多様な生活習慣病に罹患しているかのような状況になっているとの問題提起がされました。

その対策として、都市を生物にたとえ（生物模倣：バイオミメティクス）、人口減少に直面してもメタボ体型から抜け出そうとしない都市をどうコンパクト化していくのか分析と制度づくり、まちづくりのあり方自体を生き物から学ぶ姿勢がきわめて有効であると気づき、導入・普及を心がけているとのことでした。

生物は「成長」し、「新陳代謝」し、「怪我」をし、「生活習慣病」になり、「老化」し、「再生」し、「多様性」が大切で、「擬態」し、「共生」し、「寄生」もあれば「性別」もあり最近では「ゾンビ化」もあると思われ、そして最終的には「進化」する一方で、「絶滅」することもあることから、生物と同じと考えることは誰にでもわかりやすく、少しでも多くの人に寄り添いながら健康まちづくりを進めていくことが健康まちづくりを進める上でとても重要であることがわかりました。

■井崎氏の一般報告では、「都市そのものを健康にするまちづくり」～ストレスを軽減し、リフレッシュできるまちへ～として、WHOが1986年に提唱した「健康都市」という考え方が同氏が目指す都市像実現の推進力になると考え、市が推進するすべての政策分野において「健康」を考慮した政策を形成し、推進することで、都市生活における市民のストレスを軽減し、リフレッシュできる環境を創ることについての話がありました。

同氏が市長を務める流山市は下総台地上に広がる緑豊かな地域であったが、昭和30年頃から雑木林を切り開き大規模な住宅地が造成されるようになった一方で、宅地内に1本も木が植えられていない住宅地が出現しはじめ、「緑」の多さが強みであった市の資源が枯渇するのが時間の問題となる中、「大都市における宅地開発及び鉄道整備の一体的推進に関する特別措置法」に基づく、つくばエクスプレス沿線区画整理事業のための伐採が始まったことで、少しでも失う「緑」を回復するための取組を平成15年から始めたとのことでした。平成16年には市長が直接グリーンチェーン戦略の考え方を市幹部職員に説明し、それ以降、1年半にわたり外部講師による勉強会や認定制度構築のための研究会を開催したとのことでした。

グリーンチェーン認定制度は土地所有者、開発事業者、購入者それぞれが担い手としながら Win-Win の関係性の実現を目指すもので、認定を受けた住宅や集合住宅は広告に認定マークを使用できるようにし、優遇金利で金融機関から貸し付けできる協力がされ、認定物件の選定基準として沿道の植樹・植栽の本数などを規定し、認定物件の環境価値が確実に高まる規定がされるとともに、認定住宅からの剪定枝については、堆肥化を行う市のエコセンターで無料で引き取る対応も実施されたとのことでした。

このような取組により、都市そのものが「緑」にあふれ健康的な状態になることで、そこに暮らす市民のストレスを軽減し、同時にリフレッシュできる環境整備や施策展開に繋げていくことが重要であることがわかりました。

■畑氏の一般報告では、「IT/AI の健康分野への適用例」～姫路市の健診データ解析と歌唱による誤嚥予防～として、健康づくりとまちづくりを考える上で始めに姫路市の市民の健康状態を知ることが重要と考え、2008年～2012年の5年分の健康診断結果を統計解析し、健康状態を可視化し、全国平均との比較をすることに加え、ファジィ理論を用いた総合的な健康状態を判断する枠組みを作ったことの話がありました。また、2020年度の統計では、肺炎が日本人の死因第5位であり、現在の日本の65歳以上の約3分の1（約1000万人）が嚥下障害であると推定されおり、嚥下機能改善のためのシステム構築が喫緊の課題になっているとの問題提起がありました。

嚥下機能の改善に向け、丹波市において行われた実証実験の成果報告がありました。それは歌唱者約50名と非歌唱者約150名を対象とした嚥下機能評価（RSST法）を行い、その結果、歌唱者の統計結果が有意であり、歌唱が嚥下機能向上に効果的であることがわかったとのことでした。このことから、日本中の死因上位にいる肺炎は、健康づくりにより発生件数を減らすことができることから、高齢者には積極的にカラオケに参加させ、地域全体で健康づくりを進めることが重要であることがわかりました。

2日目

（講義内容）

- ・【パネルディスカッション】健康づくりによるまちづくり

～パネルディスカッションにあたって～

(コーディネーター)

中央大学法学部 教授 宮本 太郎 氏

(パネリスト)

高岡病院児童精神科医 三木 崇弘 氏

NPO 法人日本栄養パトネット理事長

奥村 圭子 氏

茅野市長 今井 敦 氏

泉大津市長 南出 賢一 氏

■パネルディスカッションでは、始めにコーディネーターの宮本氏から課題として、少子高齢化時代のまちづくりを考える時、「元気人口」を増やすことこそが焦点であると考えているが、この「元気」や「健康」とはどのようなもので、どのような市民であるのかということを考えながら、施策を進めていく必要があるのではないかと問題提起がされ、これらを考える上で、とても触発的な取組をされている2人の専門家と、2人の市長とともに議論を深めていくことの紹介がされました。

健康なまちづくりを考える上で大きく立ちはだかる問題点の1つとして少子高齢化があり、支える側よりも支えられる側の人数が極端に多くなる中、さらに支える側に大きな負担がのしかかる構図になり、支え切れなくなるのではないとも言われています。これらの地域が持続可能になっていくためには、支える側と支えられる側にわけることなく、老若男女を問わず、「元気な人」が「元気でない人」を支え、全体で「元気」になる人を増やしていくということが重要で、「元気人口」を増やすには、①従来の自治体が設定する「健康」と「健康でない」の2分法ではなく、少し健康でない人をいかに健康にしていくか、②ライフサイクルを通して健康でない人のケアを行う、③ポピュレーション・アプローチと「場」づくり、④デジタルも活用した医療・ケア連携の実施が重要で「元気人口」が増えることで、自治体の持続可能性が高まり、市民1人1人がまちの将来、働き方やライフスタイルを見直していくきっかけにしていくことが重要であることがわかりました。

■三木氏からは、宮本氏の話を受け「心理社会面から見た、子どもの健康」として未来の大人である子どものことを今の大人がきちんと考えているかが問題で、近年ではウェルビーイング（肉体的、精神的、社会的に充実していること）が健康であるとの概念も出てきて、注目されているとの紹介がありました。

少子高齢化ということで、子どもの数は減っているにも関わらず、不登校の子どもは年々増加しており、また発達障がいの診断数も上昇の一途をたどっているが、これはなぜかとの問題提起がありました。それは「完全主義」「ネガティブな自己表現の苦手さ」があり、いわゆる「不適切な行動や表現」が許容されにくい社会があることに起因していると考えられているとのことでした。「ちょっとした不適切」をメディアで流され、SNSで拡散され、他者から攻撃されまくる状況を子どもが目にし、「あれをやってはいけない」「これをすると攻撃される」と学び、自己表現ができなくなり、やがて精神的に健康ではなくなる状況になっているとのことでした。

これらの対策として、まち、コミュニティ、ひとが重要であり、広く浅い近隣住人との付き合いではなく、昔のような狭く深い関係でコミュニティを形成していき、多少の不適切は許容される環境づくりが重要であるとの話がありました。

自治体においても、市民が1つのコミュニティを形成し、しっかりと相互の連携がとれる仕組みづくりを進めることが重要であることがわかりました。

■奥村氏からは、「食を切り口とした1人1人の望む暮らしを支援する栄養パトロール事業」として、2015年に厚生労働省保険局「高齢者保健事業と介護予防の一体的な実施」のモデル事業の実施内容についての話がありました。

健康寿命を延伸することを目的に栄養パトロールを行い、医療依存度を高めないようにする取組であり、地域の高齢者（対象者）に事前に栄養パトロールの説明を行い、低栄養やフレイル、食欲を評価できるアンケートを行い、アンケート回収時には管理栄養士が自宅訪問し世間話をする中で、「指導」ではなく「共有」として健康状態を把握するとともに、誰一人取り残さない実態把握が行えることが可能となるとのことでした。

この取組から発展させ、現在ではさまざまな自治体で実施がされるようになり、愛知県日進市・和歌山県紀美野町では後期高齢者の低栄養・フレイル予防を目的とした「保健事業と介護予防の一体的実施事業」が行われ、愛知県常滑市では「介護予防事業」、山梨県山梨市では「重層的支援体制整備事業」で対象となる地域の全世代に「栄養パトロール」を導入することができたとの事例報告がありました。

栄養パトロールは各市町村の地域特性に応じた問題から生じた食環境を評価し、この健康課題を見つけていくことから、本人が声を出せなくてもSOSを察することができ、そこに暮らす人がそれぞれの望む暮らしを食で支援できる仕組みであることがわかりました。

■今井氏からは、「未来型「ゆい」で紡ぐ健康高原都市・茅野の構築」として、地域包括ケアシステムの構築についての話がありました。

茅野市では約40年前から地域の基幹病院である諏訪中央病院と開業医が中心になって地域ケア・在宅支援を進めてきており、各地域では、住民自らが保健指導員や食生活改善推進員となり、保健師と一緒に地域の疾病予防や健康づくりのための保健活動を行うなど、医療機関と地域とが一体となって地域医療や健康増進の取組を進めてきたとのことでした。

しかしながら、茅野市の人口は平成20年の約5.7万人をピークに減少を続けていることから、「若者に選ばれるまち」実現に向けた横断的施策として「暮らしやすい未来都市・茅野の構築」を掲げ、国家戦略特区である「スーパーシティ構想」にエントリーしたとのことでした。

その結果、令和4年4月に茅野市は、石川県加賀市、岡山県吉備中央市とともに、国家戦略特区の一類型である「デジタル田園健康特区」に指定され、持続可能な仕組みとして地域包括ケアシステムのバージョンアップや小児オンライン相談サービスの開始や、タクシーを利用した貨客混載による医薬品の効率的な配送の実現などの成果をあげているとのことでした。

こうした取組を行うことで、「若者に選ばれるまち」の実現に近づくとのことから、国家戦略特区に指定されなくても、同様の取組は、各自治体で積極的に実施していくことが重要であることがわかりました。

■南出氏からは、「未病予防対策先進都市」をめざした「官民連携」「市民共創」のまちづくり」として、泉大津市で策定した「泉大津市健康づくり推進条例」とその取組についての話がありました。

泉大津市においても国民医療費が増加し続けており、健康寿命を全国と比較したところ、令和3年の結果では、全国平均を下回っており、生活習慣との関わりが深い病気が5割を超えている状況であり、健康に対する重要性が非常に高いことがわかっています。健康寿命を伸ばすためには病気になる前の未病気時の対策に加え市民1人1人が自分に合った健康づくりに主体的に取り組む機運の醸成が必要であることから、前述の条例を制定し、市の責務として「健康状態の見える化」「学びの場の充実」「食育の推進」「多様な選択肢の提供」の4つを中心に取り組むことを定め、推進するとのことでした。

このように生活習慣に関わる病気を未病気段階から予防することで、健康寿命を大きく伸ばすことは重要であることから、各自治体で積極的に実施していくことが重要であることがわかりました。

■所感

今回の都市問題会議では、「健康づくりとまちづくり」～市民の一生に寄り添う都市政策～として、都市の健康、市民の健康に対し、自治体がどのようにアプローチし、持続可能なまちづくりを進めていくべきであるかとの課題を提示した話が展開され、とても興味深い内容でした。

一般報告では、流山市長によるまちづくりの事例報告があり、パネルディスカッションでは茅野市長、泉大津市長による健康づくりに対する取組事例の紹介があり、江南市においてもこれらの取組を参考にできる部分がたくさんあることがわかりました。

このように他市町の先進事例を調査し、積極的に江南市に導入していくことが重要であることを理解しました。